

УДК 796.011.3:796.012.2-057.875

Ю. А. Доценко, В. В. Гузов**РАЗВИТИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

В статье представлена система организационно-педагогических условий, обеспечивающих эффективность формирования психофизической готовности студентов вузов технического профиля к профессиональной деятельности средствами физического воспитания. Отмечена эффективность разработанной программы по формированию психофизической готовности будущих специалистов к профессиональной деятельности. Излагается необходимость существенного совершенствования системы профессионально-прикладной физической подготовки в вузах, так как профессиональная подготовка выпускников отстает от требований, предъявляемых современной жизнью и современными условиями труда. Описываются анкетирование, социологические методы исследований, педагогический эксперимент, которые проводились на базе Донбасского государственного технического университета, г. Алчевск, ЛНР. Для достижения поставленных задач статьи был проведен опрос специалистов-выпускников и студентов данного вуза, задачей которого было выявить условия труда, степень мотивации к занятиям физическим воспитанием с использованием прикладных упражнений. В качестве основы для проведения эксперимента были использованы педагогические подходы, которые направлены на специализацию процесса физического воспитания в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: психофизическая готовность, профессиональная компетентность, системы профессионально-прикладной физической подготовки, программа, подходы, студенты.

Yu. Dotsenko, V. Guzov**DEVELOPMENT OF PSYCHOPHYSICAL QUALITIES TO PROFESSIONAL
ACTIVITY AT STUDENTS MEANS OF PHYSICAL TRAINING**

The system of the organizational and pedagogical conditions providing efficiency of formation of psychophysical readiness of students of higher education institutions of a technical profile for professional activity with means of physical training is presented in article. The efficiency of the developed program for formation of psychophysical readiness of future experts for professional activity is noted. Need of essential improvement of system of professional and applied physical training for higher education institutions as vocational training of graduates lags behind qualifying standards modern life and modern working conditions is stated. Questioning, sociological methods of researches, a pedagogical experiment are described; which were carried out on the basis of SEO HE “Donbass State Technical University”, Alchevsk, LPR. For achievement of objectives of article social survey, both specialists graduates, and students of this higher education institution, was conducted by a problem of this poll, was to reveal working conditions, motivation degree to occupations physical training with use of applied exercises. As a basis for carrying out an experiment pedagogical approaches which are directed to specialization of process of physical training in a higher educational institution were used.

Keywords: Psychophysical preparation, professional competence, systems of professionally-applied physical training, program, approaches, students.

По мнению авторов статьи и ряда современных ученых (В. П. Семенов (2014), Пилипей Л. П. (2009)) основная социально-педагогическая задача профиолизации студентов учебных заведений высшего профессионального образования — формирование и развитие у них психофизических качеств, влияющих на их готовность к профессиональной деятельности с учетом современных требований к выбранной профессии.

Опираясь на труды таких ученых, как Н. П. Симаева (2010), Н. А. Сидорова (2014), М. В. Борисова (2014), в высшем профессиональном образовании для определения профессиональной готовности было введено понятие *профессиональной компетенции*, выражающей единство теоретической и практической готовности студента к осуществлению профессиональной деятельности.

По мнению Ю.И Евсеева (2005), одним из важнейших компонентов профессиональной подготовки будущих специалистов народного хозяйства является часть высшего профессионального образования, которая в образовательном учреждении определяется программой по физическому воспитанию, разрабатываемой им самостоятельно.

Следовательно, повышение продуктивности, характера и качества занятий физическим воспитанием студентов высших учебных заведений технического профиля становится задачей государственной важности, поскольку недооценка их роли в социокультурных процессах приведет к ухудшению физической подготовленности и состояния здоровья молодежи [1].

Практика последних лет показывает низкий уровень физической и психологической подготовленности студентов вузов технического профиля [2], где в процессе физического воспитания уделяется недостаточное внимание психофизической подготовке, что отражается на состоянии профессионально-прикладной физической подготовки студентов [3].

Опираясь на исследования В. А. Филипповича и Д. А. Завьялова (2012), направленные на анализ программ физического воспитания студентов ряда технических вузов, мы приходим к заключению, что в настоящее время организация учебного процесса, направленная на объединение психологической и физической подготовки будущих специалистов, недостаточно проработана в методическом и организационном плане. Вместе с тем, психофизическая готовность специалистов к профессиональной деятельности является важной составляющей успешности в трудовой деятельности и карьерного роста.

Целью исследования является разработка педагогической модели, направленной на формирование психофизической готовности студентов вузов технического профиля средствами физического воспитания направленных на приобретение профессиональных компетенций.

Методы исследования — анализ данных специальной и методической литературы; анкетирование; социологические опрос; методы математической статистики.

Исследования проводились со студентами 1–5-го курсов Донбасского государственного технического университета.

Существующая в настоящее время модель профессионального обучения в высших учебных заведениях технического профиля исчерпала себя. Возникла необходимость в поиске современных систем подготовки молодых специалистов [4].

Для достижения поставленной цели была разработана анкета. К анкетированию привлекались студенты 4-го и 5-го курсов. Всего анкетированием было охвачено 52 респондента.

Результаты анкетирования показали, что 18 % респондентов желают связать свою профессиональную деятельность с работой по специальности. Из них 54 % считают, что существующая программа по физическому воспитанию, реализуемая в вузе на инженерных факультетах, не полностью отражает психофизическую готовность выпускников к будущей профессиональной деятельности.

82 % респондентов считают необходимым владение профессиональными навыками для своей профессиональной деятельности и для эффективной трудовой деятельности в сложных производственных условиях.

В ходе исследования особый интерес вызвали мотивы посещения студентами занятий по физическому воспитанию. Так, укрепление здоровья считают основной целью занятий 48 % опрошенных, поддержание общей работоспособности и общей физической подготовленности — 41 %, формирование профессионально важных физических, психологических и психофизических качеств — 11 %. Такое соотношение ответов позволяет утверждать, что большинство опрошенных не расценивает физическое воспитание, нормированное действующей рабочей учебной программой, как эффективное средство подготовки специалистов к будущей профессиональной деятельности, которая часто сопряжена с действиями в сложных производственных ситуациях.

Еще одной целью социологического опроса было выявление наиболее важных физических и психических качеств, необходимых для будущей профессиональной деятельности студентов, а также возможные пути корректировки учебных программ по физическому воспитанию в вузах технического профиля. Его результаты подтверждают, что предлагаемая типовая программа по физическому воспитанию не способствует формированию психофизической готовности выпускников к действиям в сложных производственных условиях, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Так, 69 % респондентов, работающих по полученной (получаемой) специальности, указали на неадекватное самочувствие и поведение в ситуациях, когда они были вынуждены действовать в тяжелых производственных условиях.

Значительная часть респондентов, 83 %, также отметила, что трудовая деятельность, связанная с конфликтными ситуациями или с тяжелым микроклиматом в коллективе, требует большого психического

напряжения. 92 % респондентов указали, что испытывали наибольшие трудности в ситуациях, когда приходилось выполнять трудовые операции в затруднительных условиях в различных климатических условиях и в различных температурных режимах применять физическую силу. При этом 69 % респондентов подвергались влиянию вредных производственных факторов, связанных с выполнением производственных задач, и в ситуациях, которые не связаны с выполнением основных профессиональных операций.

На основе анализа последних публикаций и собственных исследований авторы пришли к выводу, что трудовая деятельность инженера характеризуется следующими условиями [5]:

- происходит в условиях воздействия на организм человека ряда метеорологических, биологических, санитарно-гигиенических, производственных и психологических факторов;
- влечет за собой различные несчастные случаи и микротравмы на производстве, возникающие из-за утомления, несоблюдения правил и требований техники безопасности, недостаточной психофизической и физической подготовленности, несоблюдения правил личной гигиены;
- разнообразна по своему содержанию и требует знаний, умений и навыков прикладного характера, базирующихся на хорошей психофизической подготовленности.

По материалам исследования, а также изучения программно-методического обеспечения мы пришли к выводу, что при планировании и проведении занятий по физическому воспитанию не учитываются особенности профессиональной деятельности студентов. Поэтому, на наш взгляд, на практических занятиях по физическому воспитанию необходимо создавать такие педагогические условия, которые будут стимулировать студентов к активным физическим упражнениям прикладного характера.

Разрабатываемая нами экспериментальная программа, которая опирается на исследования [6] по физической культуре, предусматривает изучение студентами теоретического и практического курсов, направленных:

- на обеспечение многогранной общей физической подготовленности студентов, нацеленной на овладение необходимыми двигательными умениями и навыками, которые требуются для успешной профессиональной деятельности;

- повышение работоспособности, позволяющей максимально эффективно справляться с интенсивными, длительными физическими и психическими нагрузками;
- воспитание морально-волевых и психических качеств;
- укрепление и поддержание здоровья будущих инженеров-строителей и инженеров-электронщиков, а также подготовку к профессиональной деятельности.

В практический раздел разрабатываемых педагогических подходов включены виды спорта, которые имеют строго прикладную направленность, и виды спорта, включающие в себя профессионально-прикладную физическую подготовку [7].

Используемые нами педагогические подходы были направлены на повышение уровня психофизической подготовленности студентов.

В ходе эксперимента мы применяли отработку упражнений, содержащих элементы риска, новизны, повышенной опасности и сложности [1, 2, 3]:

- упражнение силовой направленности на гимнастических снарядах и тренажерах;
- статические упражнения, направленные на развитие выносливости основных групп мышц;
- упражнение на точность и координацию движений, на развитие мелкой моторики;
- прыжки через препятствие;
- прохождение по доске, лежащей на земле и на высоте до двух метров;
- прохождение полосы препятствий.

Эти упражнения требуют от студентов не только физических усилий, но и мобилизации воли, выдержки, самообладания.

Наряду с традиционными формами учебных занятий в качестве одной из эффективных форм организации профессионально-прикладной физической подготовки мы практиковали соревновательный метод. Соревнования по прикладным видам спорта имели различный уровень. Мы привлекали к ним по возможности наибольшее количество студентов экспериментальной группы [7].

В процессе занятий по предложенной экспериментальной программе студенты убедились в позитивной роли физического воспитания для успехов в будущей профессиональной деятельности. Посещаемость занятий в экспериментальной группе значительно выросла по сравнению с начальным периодом эксперимента.

Литература

1. Психологические и физические факторы, влияющие на развитие профессионально важных качеств студентов горных факультетов / Ю. В. Яковлев [и др.] // Теория и практика физической культуры. 2014. № 2. С. 29–32.

2. Доценко Ю. А., Гавага В. В. Оценка физического состояния студентов первого и второго курсов дневного отделения Донбасского государственного технического университета // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта 2008. № 6. С. 19–22.

3. Доценко Ю. А., Семененко В. П. Оценка физической подготовленности студентов 2–4 курсов горных факультетов в процессе профессионально-прикладной физической подготовленности // Совершенствование учебного и тренировочного процессов в системе образования: сб. науч. трудов. Ульяновск : УлГТУ, 2012. С. 51–53.

4. Манжелей И. В. Педагогические модели физического воспитания: учебное пособие. М. : Теория и практика физической культуры, 2005. 185 с.

5. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности : метод. указания / сост.: Н. В. Шамшина, Е. В. Голякова, Е. А. Гаврилова. Тамбов : Изд-во Тамб. гос. техн. ун-та, 2010. 40 с.

6. Лхагвасурэнгийн А. Сравнительный анализ государственных и образовательных программ Монголии по физическому воспитанию // Молодой ученый. 2014. № 5. С. 526–532.

7. Доценко Ю. А. Семененко В. П. Оценка физической подготовленности студентов 2–4 курсов горных факультетов в процессе профессионально-прикладной физической подготовки // Совершенствование учебного и тренировочного процессов в системе образования: сб. науч. трудов. Ульяновск : УлГТУ, 2013. С. 141–144.

List of references

1. Jakovlev Ju. V., Paholkova N. V., Docenko Ju. A. & Semenenko V. P. (2014). *Psihologicheskie i fizicheskie faktory, vlijajushhie na razvitie professional'no vazhnyh kachestv studentov gornyh fakul'tetov* [The psychological and physical factors influencing development of professionally important qualities of students of mountain faculties] In: *Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury* [Theory and practice of physical culture], № 2, pp. 29–32. (In Russ).

2. Docenko Ju. A. & Gavaga V. V. (2008). *Ocenka fizicheskogo sostojanija studentov pervogo i vtorogo kursov dnevnogo otdelenija Donbasskogo*

gosudarstvennogo tehničeskogo universiteta [Assessment of a physical condition of students of the first and second courses of full-time department of the Donbass state technical university] In: *Pedagogika, psihologija i mediko-biologičeskie problemy fizičeskogo vospitanija i sporta* [Pedagogics, psychology and medicobiological problems of physical training and sport], № 6, pp. 19–22. (In Russ).

3. Docenko Ju. A. & Semenenko V. P. (2012). *Ocenka fizičeskoj podgotovlennosti studentov 2–4 kursov gornyh fakul'tetov v processe professional'no-prikladnoj fizičeskoj podgotovlennosti* [Assessment of physical fitness of students of 2–4 courses of mountain faculties in the course of professional and applied physical fitness]. In: *Sovershenstvovanie uchebnogo i trenirovochnogo processov v sisteme obrazovanija*. [Improvement of educational and training processes in an education system: collection of scientific works]. Ul'janovsk, Ulyanovsk state technical university publishing house, pp. 51–53.

4. Manzhelej I. V. (2005) *Pedagogičeskie modeli fizičeskogo vospitanija: Uchebnoe posobie*. [Pedagogical models of physical training: Manual] Moscow, *Nauchno-izdatel'skij centr «Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury»* [Scientific and publishing center “Theory and Practice of Physical Culture”], 185 p. (In Russ).

5. Shamshina N. V., Goljakova E. V. & GavriloVA E. A. (drafters) (2010). *Psihofiziologičeskie osnovy uchebnogo truda i intellektual'noj dejatel'nosti. Sredstva fizičeskoj kul'tury v regulirovanii rabotosposobnosti: metod. ukazanija* [Psychophysiological bases of educational work and intellectual activity. Means of physical culture in regulation of working capacity: method. instructions]. Tambov, *Izdatel'stvo Tamb. gos. tehn. un-ta* [Publishing house of the Tambov state technical university], 40 p. (In Russ).

6. Lhagvasurjengijn A. (2014). *Sravnitel'nyj analiz gosudarstvennyh i obrazovatel'nyh programm Mongolii po fizičeskomu vospitaniju* [Comparative analysis of the state and educational programs of Mongolia for physical training]. In: *Molodoj učenyy* [Young scientist], № 5, pp. 526–532. (In Russ).

7. Docenko Ju. A. & Semenenko V. P. (2013) *Ocenka fizičeskoj podgotovlennosti studentov 2–4 kursov gornyh fakul'tetov v processe profesional'no-prikladnoj fizičeskoj podgotovki* [Assessment of physical fitness of students of 2–4 courses of mountain faculties in the course of professional and applied physical training]. In: *Sovershenstvovanie uchebnogo i trenirovochnogo processov v sisteme obrazovanija*. [Improvement of educational and training processes in an education system: collection of scientific works]. Ul'janovsk, Ulyanovsk state technical university publishing house, pp. 141–144. (In Russ).